**Аннотация к рабочим программам «Стрельба из лука»**

Рабочие программы по стрельбе из лука составлены на основе программы «Стрельба из лука»: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР (Авторы: Шилин Ю.Н., Тарасова Л.В., Насонова А.А.) На основе данной примерной программы тренерами-преподавателями по стрельбе из лука ГБОУ ДОД СДЮСШОР «КШВСМ» разработаны рабочие адаптированные, модифицированные программы. Программа содержит основные требования по возрасту, численному составу занимающихся, объему учебно-тренировочной работы, по технико-тактической, физической и спортивной подготовке. Этап начальной подготовки (НП). На этапе начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься волейболом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этапе начальной подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники стрельбы из лука, выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки. В этом этапе ставятся следующие задачи: формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; формирование широкого круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по виду спорта стрельба из лука, знание материальной части оружия (лук, стрелы, тетива и.т.д.); всестороннее гармоничное развитие физических качеств; укрепление здоровья спортсменов; отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта стрельба из лука. Учебно-тренировочный этап (УТ). Этап формируется на конкурсной, основе из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее одного года и выполнивших приемные нормативы по общей физической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке, участие в соревновательной деятельности. Программа включает учебный материал по основным видам подготовки, его распределение по годам обучения; рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам обучения, на организацию и проведение врачебно-педагогического контроля. Содержание работы с юными лучниками на всем многолетнем протяжении определяется тремя факторами: спецификой стрельбы из лука, модельными требованиями квалифицированных лучников возрастными особенностями и возможностями лучников. В этом этапе ставятся следующие задачи: повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта стрельба из лука; формирование спортивной мотивации; укрепление здоровья спортсменов. Этап спортивного совершенствования (ЭСС) Этап формируется из спортсменов, выполнивших нормативы 1 спортивного разряда, Кандидата мастера спорта и Мастера спорта. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно- переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке, участие в соревновательной деятельности. В этом этапе ставятся следующие задачи: повышение функциональных возможностей организма спортсменов; совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки; стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях; поддержание высокого уровня спортивной мотивации; сохранение здоровья спортсменов. Программа составлена из расчета, что ведущая тенденция многолетней тренировки — «обучающая» и конечная цель многолетнего процесса — подготовка спортивных резервов для стрельбы из лука с гармоничным развитием физических и духовных сил спортсмена. Программа содержит материал планирования процесса многолетней подготовки стрелков из лука, дифференцированный по годам обучения; с учетом основных компонентов многолетней подготовки: физической (специальной), технической, тактической, интегральной, теоретической, психологической; проведение практических и теоретических занятий. Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим образом: - оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе; - нормативные требования по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке. - контрольное тестирование проводится один раз в год (май) - участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда в конце, каждого учебного полугодия. Итогом освоения учебного курса программы ожидаются следующие результаты: - стабильность занимающихся в группах; - рост индивидуальных показателей физических качеств; - укрепление здоровья; - приобретение навыков ЗОЖ и формирование общей культуры; - положительная динамика спортивно-технического мастерства; - достижение высоких спортивных результатов; - воспитание патриотизма, уважения к правам и свободам человека.